

HUBUNGAN *FEAR OF MISSING OUT* (FOMO) TERHADAP KECEMASAN DAN PENERIMAAN SOSIAL PADA REMAJA

Devina Alfiah Sutanti

Abstrak

Fear of Missing Out (FoMO), kecemasan, dan penerimaan sosial merupakan aspek psikososial yang saling berkaitan dalam perkembangan remaja di era digital, khususnya seiring meningkatnya penggunaan media sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji keterkaitan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan tingkat kecemasan serta penerimaan sosial pada remaja. Jenis penelitian kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 320 siswa dari SMA Negeri 62, 51, dan 58 Jakarta Timur, dipilih melalui teknik *stratified random sampling*. Alat ukur yang digunakan mencakup FoMO-12, *Zung Self-Rating Anxiety Scale* (SAS), dan *Adolescent Multidimensional Social Competence Questionnaire* (AMSC-Q). Analisis data dilakukan dengan uji *chi-square*. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak ditemukan hubungan yang bermakna antara FoMO dan kecemasan ($p = 0,121$; $p > 0,05$) maupun antara FoMO dan penerimaan sosial ($p = 0,715$; $p > 0,05$). Namun demikian, mayoritas responden berada pada kategori FoMO dan kecemasan tingkat sedang hingga tinggi, serta memiliki intensitas penggunaan media sosial yang relatif tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa FoMO tidak dapat dipandang sebagai satu-satunya faktor yang secara langsung menentukan kondisi kecemasan dan penerimaan sosial remaja, melainkan merupakan bagian dari proses psikososial yang lebih luas dan kompleks dalam konteks kehidupan remaja pada era digital.

Kata Kunci : *Fear of Missing Out*, Kecemasan, Media Sosial, Penerimaan Sosial, Remaja,

THE RELATIONSHIP BETWEEN FEAR OF MISSING OUT (FOMO) AGAINST ANXIETY AND SOCIAL ACCEPTANCE IN ADOLESCENTS

Devina Alfiah Sutanti

Abstract

Fear of Missing Out (FoMO), anxiety, and social acceptance are interrelated psychosocial aspects in adolescent development in the digital age, especially with the increasing use of social media. This study aims to examine the relationship between Fear of Missing Out (FoMO) and levels of anxiety and social acceptance in adolescents. This is a quantitative study with a cross-sectional design. The research sample consisted of 320 students from State Senior High Schools 62, 51, and 58 in East Jakarta, selected through stratified random sampling. The measurement tools used included FoMO-12, Zung Self-Rating Anxiety Scale (SAS), and Adolescent Multidimensional Social Competence Questionnaire (AMSC-Q). Data analysis was performed using the chi-square test. The findings revealed that no statistically significant association was identified between FoMO and anxiety ($p = 0.121$; $p > 0.05$) or between FoMO and social acceptance ($p = 0.715$; $p > 0.05$). Nevertheless, most participants exhibited moderate to high levels of FoMO and anxiety and demonstrated a high degree of engagement with social media. These results suggest that FoMO should not be regarded as the only determinant directly influencing adolescents' anxiety and social acceptance, but rather as one component of a broader and more intricate psychosocial dynamic within the context of adolescent development in the digital era.

Keywords : *Anxiety, Fear of Missing Out, Teenagers, Social Acceptance, Social Media*